യോഗവാസിഷ്ഠഃ/പ്രകരണമ് 5
(ഉപശമപ്രകരണമ്)/സർഗം 09

ശ്രീവസിഷ്ഠ ഉവാച .

ഇതി സിദ്ധ-ഗണോദ്/ഗീതാ ഗീതാഃശ് ശ്രുത്വാ മഹീപതിഃ .
വിഷാദ-മാജഗാ-മാശു/ ഭീരൂ/ രണ-രവാ-ദിവ .. 1

ജഗാമ പരിവാരം സ്വ/മാകർഷൻഥ്.സ്വഗൃഹം പ്രതി .
സ്വതീര-വൃ+ക്ഷാനു-ഗതഃസ് സരിദോഘ ഇവാർണവമ് .. 2

പരിവാര-മശേഷേണ വിസൃജ്യ+ സ്വം സ്വമാ-ലയമ് .
ഏക ഏവാ-രുരോ-ഹാ+ഗ്ര്യംങ്ങ് ഗൃഹമർക ഇവാചലമ് .. 3

തത്ര+ പ്രോഡ്ഡയനാ-ലോല/ഖഗ-പ+ക്ഷതി-ചഞ്ചലാഃ .
ആലോക-യംൽല്ലോക-ഗതീർ/വിലലാ-പേദമാ-കുലഃ .. 4

ഹാ കഷ്ട-മതി-കഷ്ടാസു ലോക-ലോല-ദശാ+സ്വയമ് .
പാഷാണേ+ഷ്വിവ പാഷാണാ ആലു-ഠാമി ബലാ-ദഹമ് .. 5

അപ+ര്യ+ന്ത+സ്യ കാലസ്യ കോ്ഷ+പ്യംശോ ജീ+വ്യതേ മയാ .
തസ്മിൻ-ഭാവംൻ നിബധ്നാമി ധിങ്ന-മധമ-ചേതനമ് .. 6

കിയ+ന്മാത്ര-മിദംൻ നാമ രാജ്യമാ-ജീവിതം മമ .
കിമേ-തേന വിനാ ദുഃഖംൻ തിഷ്ഠാമി ഹതധീ+ര്യഥാ .. 7

ആദാ-വന്തേ്ഷ+പ്യനന്തോ്ഹം മധ്യേ പേലവ-ജീവിതഃ .
ബാല+ശ്ചിത്രേന്ദു-നേവാഹംങ്ങ് കിം മുധാ ധൃതിമാ+സ്ഥിതഃ .. 8

പ്രപഞ്ച-രഹിതേ-നാഹ-മിന്ദ്ര-ജാലേന ജാലിനാ .
ഹാ കഷ്ട-മതി-മു+ഹ്യാമി കേനാസ്മി പരിമോ/ഹിതഃ .. 9

യ+ദ്വസ്തു യച്ച വാ രമ്യംയ് യദു-ദാരമ-കൃത്രിമമ് .
കിംചിത്ത-ദിഹ നാസ്ത്യേവ കിംൻ/നിഷ്ഠേഹ മതിർമമ .. 10

ദൂര+സ്ഥമ+പ്യദൂ/രസ്ഥംയ് യന്മേ മനസി വർതതേ .
ഇതി നി+ശ്ചിത്യ ബാഹ്യാർഥ/ഭാവനാം സംൻ ത്യജാ+മ്യഹമ് .. 11

ലോകാ-ജവംഞ്ച് ജവീ-ഭാവഃസ് സലിലാ-വർത-ഭങ്ഗുരഃ .
ദൃഷ്ടോ്ഷ+ദ്യാപി ഹി ദുഃഖായ കേയ-മാസ്ഥാ സുഖം പ്രതി .. 12

പ്ര+ത്യബ്ദം പ്രതിമാസംഞ്ച് ച+ പ്രത്യഹംഞ്ച് ച+ പ്രതി+ക്ഷണമ് .
സുഖാനി ദുഃഖപിണ്ഡാനി ദുഃഖാനി തു പുനഃ പുനഃ .. 13

പരാ-മൃഷ്ടംവ് വിശിഷ്ടം ഹി/ ദൃഷ്ടംൻ നഷ്ടംൻ ന ഭാവിതമ് .
അ+ത്രസ്ഥംൻ ന തദസ്/തീഹ സതാംയ് യത്രാസ്തു സംസ്ഥിതിഃ .. 14

അദ്യ യേ മഹതാം മൂർധ്നി തേ ദിനൈർ/നിപ/ത+ന്ത്യധഃ .
ഹത-ചിത്ത-മഹ+ത്തായാംങ് കൈഷാ വിശ്വസ്ത/താ വത .. 15

അര+ജ്ജു/രേവ ബദ്ധോ്ഹ/മപങ്കോ്+സ്മി കലങ്കിതഃ .
പതിതോസ്/മ്യുപരി+സ്ഥോപി/ ഹാ/ മമാത്മൻ-ഹതാ സ്ഥിതിഃ.. 16

കസ്മാദ-കസ്മാ+ന്മോഹോയ/മാഗതോ ധീമതോ്പി മേ .
അസിതഃഫ് പിഹിതാ-ലോകോ ഭാസ്കരാ+ഗ്ര/മിവാമ്/ബുദഃ .. 17

ക ഇമേ മേ മഹാ-ഭോഗാഃഖ് ക ഇമേ മമ ബാന്ധവാഃ .
ബാലോ ഭൂത-മയേ-നേവ സംങ്-കേതേ-നാഹമാ-കുലഃ .. 18

സ്വയമേവ നിബധ്നാമി ജരാ-മരണ-രാഗിണീമ് .
കിമി-മാമഹ-മേതേഷു ധൃതി-മു+ദ്വേഗ-കാരിണീമ് .. 19

യാതു തിഷ്ഠതു വാ സമ്യങ്/ മമൈതാം പ്രതി കോ+ ഗ്രഹഃ .
ബുദ്ബുദ+ശ്രീ/രിവൈഷാ ഹി/ മി+ഥ്യൈ/വേത്ഥ-മുപ+സ്ഥിതാ .. 20

തേ മഹാ-വിഭവാ ഭോഗാസ്തേ/ സന്തഃസ് സ്നിഗ്ധ-ബാന്ധവാഃ .
സർവം സ്മൃതി-പഥം പ്രാപ്തം വർത-മാന്യേ്പി കാ ധൃതിഃ .. 21

ക്വധ-നാനി മഹീപാനാം ബ്രഹ്മണഃഖ് ക്വ ജഗ+ന്തി വാ .
പ്രാക്തനാനി+ പ്രയാതാനി കേയംവ് വിശ്വസ്/തതാ മമ .. 22

ഗിലിതാ/നീ+ന്ദ്ര-ലക്ഷാണി ബുദ്ബുദാ/നീവ വാരിണി .
മാംഞ് ജീവിത-നിബ+ദ്ധാസ്ഥം വിഹ-സി+ഷ്യന്തി സാധവഃ .. 23

ബ്രഹ്മണാംങ് കോടയോ യാതാ ഗതാഃസ് സർഗ-പരമ്പരാഃ .
പ്രയാതാഃഫ് പാംസു-വദ്/ഭൂപാഃഖ് കാ ധൃതിർ/മമ ജീവിതേ .. 24

സംസാര-രാത്രി-ദുഃസ്വപ്നേ/ ചേ+ത്യേ ദേഹമയേ+ ഭ്രമേ .
ആസ്ഥാംഞ് ചേദനു/ബധ്നാമി ത+ത്രേമാംൻ തു ധിഗ+സ്ഥിതിമ് .. 25

അയം സോ്ഹമിതി+ വ്യർഥ-കല്പനാ്സത്-സ്വരൂപിണീ .
അഹംങ്-കാര-പിശാചേന/ കിമജ്ഞ/വദഹം സ്ഥിതഃ .. 26

ഹതം ഹതമിദംങ് കസ്മാ-ദായു-രാത-തയാ-നയാ .
പശ്യ+ന്നപി ന പശ്യാമി സൂ+ക്ഷ്മയാ കാല-ലേഖയാ .. 27

പാദപീഠേ കൃതേ-ശാനാഃശ് ശാർങ്ഗി+ക്രീഡന-കന്ദുകാഃ .
കാല-കാപാലികാ+ഗ്രസ്താഃഖ് കിമാ+സ്ഥേ മയി വൽഗസി .. 28

അജസ്ര-മുപയാ+ന്ത്യേതേ യാന്തി ചാ+ദ്യാപി വാസരാഃ .
അവിനഷ്ടൈക/സ+ദ്വസ്തുർ/ദൃഷ്ടോ നാദ്യാപി വാസരഃ .. 29

സാരസാഃസ് സരസീ-വൈതേ സർവസ്/മിഞ്-ജന-ചേതസി .
ഭോഗാ ഏവ+ സ്ഫുര+(ന്തി-അ)+ന്തർ/ന-തു+ സ്വപദ-ദൃഷ്ടയഃ .. 30

കഷ്ടാത്/കഷ്ടതരം പ്രാപ്തോ ദുഃഖാദ്-ദുംഖ-തരംങ് ഗതഃ .
അദ്യാപി ന വിര+ക്തോസ്മി ഹാ ധിങ്മാ-മധ-മാശയമ് .. 31

യേഷു യേഷു ദൃഢാ ബദ്ധാ ഭാവനാ ഭവ്യ-വസ്തുഷു .
താനി താനി വിനഷ്ടാനി ദൃഷ്ടാനി കിമി/ഹോ+ത്തമമ് .. 32

യന്മ+ധ്യേ യച്ച പര്യന്തേ/ യദാപാതേ മനോരമമ് .
സർവ-മേവാ/പവിത്രംൻ തദ്-വിനാശാ-മേധ്യ-ദൂഷിതമ് .. 33

യേഷു യേഷു പദാർഥേഷു ധൃതിം ബധ്നാതി മാനവഃ .
തേഷു തേ+ഷ്വേവ ത+സ്യായംൻ ദൃഷ്ടോ നാശോദയോ ഭൃശമ് .. 34

ശ്വഃശ്-ശ്വഃഫ് പാപീ-യസീ-മേഷ ശ്വഃശ് ശ്വഃഖ് ക്രൂര-തരാ-മപി .
ശ്വഃശ്-ശ്വഃസ് സ്വേദകരീ-മേതി ദശാ-മിഹ ജഡോ ജനഃ .. 35

അജ്ഞാ-നൈക/ഹതോ ബാ+ല്യേ/ യൗവനേ മദനാഹതഃ .
ശേഷേ കലത്ര-ചി+ന്താർതഃഖ് കിംങ് കരോതി കദാ ജഡഃ .. 36

ആഗമാ-പായി വിരസംൻ ദശാ-വൈഷ+മ്യ/ദൂഷിതമ് .
അസാര-സാരം സംസാരംങ് കിംൻ തത്/പശ്യതി ദുർമതിഃ .. 37

രാജ-സൂയാ+ശ്വ/മേധാദ്യൈ/രിഷ്ട്വാ യജ്ഞ-ശതൈ-രപി .
മഹാ-കല്പാന്ത-മപ്യംശം/ സ്വർഗം പ്രാപ്നോതി നാധികമ് .. 38

കോ ഽസൗ/ സ്വർഗോ ഽസ്തി ഭൂമൗ വാ/ പാതാലേ വാ പ്രദേശകഃ .
ന യത്രാഭി/ഭവ+ന്ത്യേതാ ദുർ/ഭ്രമര്യ ഇവാപദഃ .. 39

നിജ-ചേതോ-വില+വ്യാലാഃശ് ശരീര+സ്ഥല-പല്ലവാഃ .
ആധയോ+ വ്യാധയ+ശ്ചൈതേ നിവാ+ര്യന്തേ കഥംങ് കില .. 40

സതോ ഽസത്താ+ സ്ഥിതാ മൂർധ്നി/ മൂർധ്നി ര+മ്യേ+ഷ്വ/ര+മ്യതാ .
സുഖേഷു മൂർധ്നി ദുഃഖാനി കിമേകം സംശ്രയാ+മ്യഹമ് .. 41

*ജായന്തേ ച+ മ്രിയന്തേ ച+/ പ്രാകൃതാഃഹ ക്ഷുദ്ര-ജന്തവഃ .
ധരാ തൈരേവ നീര+ന്ധ്രാ ദുർലഭാഃസ് സാധു-സാധവഃ .. 42

നീലോത്/പലാലി/നയനാഃഫ് പരമ+പ്രേമ-ഭൂഷണാഃ .
ഹാസായൈവ വിലാസിന്യഃഹ ക്ഷണ-ഭങ്ഗിതയാ+ സ്ഥിതാഃ .. 43

യേഷാംൻ നിമേ-ഷണോ+ന്മേഷൈർ/ജഗതാം പ്രലയോ-ദയൗ .
താദൃശാഃഫ് പുരുഷാഃസ് സന്തി മാദൃശാംങ്ങ് ഗണ-നൈവ കാ .. 44

സന്തി രമ്യതരാ+ദ്രമ്യാഃസ് സുസ്ഥിരാ-ദപി സു+സ്ഥിരാഃ .
ചിന്താ-പര്യവ-സാനേയം പദാർഥ+ശ്രീഃഖ് കിമീ-ഹസേ .. 45

സംപദശ്ച വിചിത്രാ യാസ്/താ+ശ്ചേ+ച്ചി+ത്തേന സംമതാഃ .
തത്താ അപി മഹാ-രമ്ഭാ ഹന്ത മന്യേ മഹാപദഃ .. 46

ആപ-ദോ്ഽപി വിചിത്രാ യാസ്/താ+ശ്ചേ+ന്മനസി സംമതാഃ .
ത+ത്താ അപി മഹാ-രമ്ഭാ മന്യേ മനസി സംപദഃ .. 47

മനോമാത്ര-വിവർത്തേ്ഽസ്മിഞ്ജ്-ജഗ+ത്യബ്/ധീന്ദു/ഭങ്ഗുരേ .
മമേദ-മിത്യ-പൂർവേയംങ്ങ് കുതസ്ത്യാ്ഽ+ക്ഷര/മാലികാ .. 48

കാക-താലീയ-യോഗേന സംപ+ന്നായാംഞ്ജ് ജഗത്.സ്ഥിതൗ .
ധൂർതേന കല്പിതാ+ വ്യർഥം ഹേയോ-പാദേയ-ഭാവനാ .. 49

ഇയ+ത്താ+ച്ഛിന്ന-തപ്/താസു സുഖ-നാമ്നീഷു ദൃഷ്ടിഷു .
കാ+സ്വേതാ+(സു-ആ)നു/ര+ക്ഷേതാ്ഽസ്മി പതങ്ഗോ്ഽ+ഗ്നി/ശിഖാ+സ്വിവ .. 50

വര-മേകാന്ത-ദാഹേഷു ലുഠനം/ രൗര-വാ+ഗ്നിഷു .
നത്വാ-ലൂന-വിവർ/താസു+ സ്ഥിതം സംസാര-വൃത്തിഷു .. 51

സംസാര ഏവ ദുഃഖാനാം സീമാന്ത ഇതി കഥ്യതേ .
തന്മ+ധ്യ/പതിതേ ദേഹേ സുഖ-മാസാ-ദ്യതേ കഥമ് .. 52

അകൃ+ത്രിമ-മഹാദുഃഖേ സംസാരേ യേ+ വ്യവ+സ്ഥിതാഃ .
ത ഏതേ്ഽ+ന്യാനി ദുഃഖാനി ജാനതേ മധുരാ+ണ്യലമ് .. 53

അഹ-മപ്യധ-മോത്/കൃഷ്ട/കാഷ്ഠ-ലോഷ്ട-സമ+സ്ഥിതിഃ .
അ+ജ്ഞൈരേ/വാഗതഃസ് സാമ്യം പരമാ-മൃഷ്ട-വസ്തുഭിഃ .. 54

സഹ+സ്രാങ്കുര-ശാഖാത്മ-ഫല-പല്ലവ-ശാലിനഃ .
അസ്യ സംസാര-വൃ+ക്ഷ+സ്യ മനോ മൂല-മഹാ-ങ്കുരഃ .. 55

സംക+ല്പ/മേവ ത+ന്മന്യേ സംക+ല്പോപ-ശമേന തത് .
ശോഷയാമി യഥാ ശോഷ-മേതി സംസാര-പാദപഃ .. 55

ആകാര-മാത്ര-ര+മ്യാസു മനോ-മർകട-വൃത്തിഷു .
പരി+ജ്ഞാതാ+സ്വിഹാ+ദ്യൈവ ന രമേ നാശ/നീ+ഷ്വഹമ് .. 57

ആശാപാശ-ശത+പ്രോതാഃഫ് പാതോത്/പാതോ/പതാ/പദാഃ .
സംസാര-വൃത്തയോ ഭു+ക്താ ഇദാനീംവ് വിശ്രമാ+മ്യഹമ് .. 58

ഹാ ഹതോ്സ്മി/ വിന+ഷ്ടോ്സ്മി മൃതോ്+സ്മീതി പുനഃപുനഃ .
ശോചിതംങ്ങ് ഗതമേ-വാഹ-മിദാനീംൻ നാനു-രോദിമി .. 59

പ്രബുദ്ധോ്+സ്മി+ പ്രഹൃഷ്ടോ്+സ്മി ദൃഷ്ട+ശ്ചോരോ്യ-മാത്മനഃ .
മനോ നാമ നിഹൻ-മ്യേനം മനസാ+സ്മി ചിരം ഹതഃ .. 60

ഏതാവന്ത-മിമംങ്ങ് കാലം മനോ-മുക്താ-ഫലം മമ .
അവിദ്ധ-മാസീ-ദധുനാ വിദ്ധംൻ തു ഗുണ-മർഹതി .. 61

മനസ്-തുഷാര-കണികാ വിവേ/കാർകാത-പേന മേ .
ചിര+പ്രവൃത്തയേ നൂന/മചിരാല്-ലയ-മേഷ്യതി .. 62

വിവിധൈഃസ്/ സാധുഭിഃസ് സിദ്ധൈ/രഹം സാധു+ പ്രബോധിതഃ .
ആത്മാന-മനുഗ+ച്ഛാമി പരമാനന്ദ-സാധനമ് .. 63

ആത്മാനം മണിമേ-കാന്തേ ലബ്ധ്വൈ/വാലോകയൻഥ്.സുഖമ് .
തിഷ്ഠാ+മ്യസ്ത-മിതാ+ ന്യേഹഃശ് ശാര-ദീവാ-ചല്യോ്മ്/ബുദഃ .. 64

അയ-മഹ-മിദ-മാതതം മമേതി+
സ്ഫുരിത-മപാസ്യ ബലാ-ദസ+ത്യ/മന്തഃ .
രിപു-മതി-ബലിനം മനോ നിഹത്യ+
പ്രശമ-മുപൈമി നമോ്സ്തു തേ വിവേക .. 65

ഇ+ത്യാർഷേ ശ്രീവാസിഷ്ഠ-മഹാരാമായണേ വാല്മീകീയേ ഉപശമ+പ്രകരണേ
ജനക-വിതർകോ നാമ നവമഃസ് സർഗഃ .. 9 ..
ഓം
****
CHECKED BY GURU P.R.IYER
23.10.2023